

<<快乐工作72招>>

图书基本信息

书名：<<快乐工作72招>>

13位ISBN编号：9787807532910

10位ISBN编号：7807532912

出版时间：2008-8

出版时间：哈尔滨出版社

作者：梁齐 编

页数：285

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

前言

人活着不仅仅是为了工作，但为了能够过上幸福的生活，每个人都必须勤勤恳恳地工作。可以说，人生的三分之一时间是在工作中度过的，如果你能带着愉悦的心情进行工作，你的整个人生将是快乐、幸福的。

但现实情况并非如此。

在现代职场上，有为数不少的员工，他们朝九晚五地穿行在写字楼里，虽然有着一份令人羡慕的工作，拿着一份不菲的薪水，但他们过得并不快乐。

他们是一群孤独的人，不喜欢与人交流，不喜欢同人合作；他们视工作如忍受紧箍咒，仅仅是为了生存而不得不出来工作。

毋庸置疑，工作在很大程度上是为了解决生存问题，但是工作绝不仅仅是为了生存才不得不去做的事情，否则我们无法解释：为什么那些富翁在拥有万贯家财之后还要选择兢兢业业地去工作，而且是那么开心、快乐，丝毫没有厌烦、痛苦的感觉？

工作是一种生活状态，一种人生态度。

如果你把工作看成是一种乐趣，那么无论处在什么样的工作环境中，你都可以快快乐乐地对待工作；相反，如果你把工作当成一件差事、一项义务，它就会变得让你无可奈何、令人讨厌却又无法逃避，工作就成为令你痛苦的噩梦。

<<快乐工作72招>>

内容概要

你有没有想过每天都抱着愉悦的心情去上班？

你有没有觉得自己的工作可以像游戏一样快乐？

你有没有觉得快乐地工作比高收入更加重要？

你有没有从另一个角度想过，所谓“忍受工作”也可以是“享受工作”？

如果答案都是“ Yes ”，那么恭喜你，可以打开我们这个“快乐工作”的大门，享受阅读的快乐。

<<快乐工作72招>>

书籍目录

第一章 因为爱所以爱——在乐趣中工作才能真的爱工作 第1招 了解工作的意义与价值 第2招 尊重工作，善待工作 第3招 把工作当做人生的乐趣 第4招 从事你最擅长的工作 第5招 让兴趣与职业“接轨” 第6招 干一行，爱一行 第7招 对工作要有使命感 第8招 追求工作和生活的和谐

第二章 激情燃烧的日子——点燃工作的热情，开心过好每一天 第9招 不要忽视热情的魔力 第10招 自动自发地工作 第11招 倾注100%的热忱 第12招 像对待爱人一样对待工作 第13招 恪尽职守，兢兢业业 第14招 以最佳的精神状态投入工作 第15招 专注于工作可以忘掉一切烦恼 第16招 切莫为薪水而工作 第17招 摆脱“蓝色星期一”

第三章 永远在于态度——积极的态度是快乐工作之本 第18招 绝不让消极情绪膨胀 第19招 没有任何借口 第20招 停止抱怨 第21招 今日事，今日毕 第22招 笑对挫折 第23招 向自己的极限挑战 第24招 永不满足，积极进取 第25招 不怕从基层做起 第26招 以老板的心态对待工作 第27招 让工作富有成效 第28招 抛弃自卑，树立自信 第29招 重视工作上的细节

第四章 将玩乐进行到底——一半是工作，一半是玩乐 第30招 把工作当做游戏 第31招 娱乐工作两相宜 第32招 少做多玩，赚钱更多 第33招 把办公室看做狂欢的游乐场 第34招 与电脑适当接触 第35招 享受商务旅行 第36招 为工作加点创意 第37招 享受工作，享受运动

第五章 构建和谐的平台——追求融洽相处中的快乐 第38招 主动与上司沟通 第39招 别为吹毛求疵的上司烦恼 第40招 领会上司的意图 第41招 适应不同领导的工作风格 第42招 千万别戳老板的脊梁骨 第43招 向老板说“不”要讲究策略 第44招 和同事做朋友 第45招 争取同事的合作 第46招 凡事不可太计较 第47招 信赖同你共事的人 第48招 别忘了对工作伙伴说“谢谢” 第49招 多看别人身上的长处 第50招 切莫招惹职场小人

第六章 寻找快乐的因子——只要肯寻觅，快乐无处不在 第51招 营造舒适的工作环境 第52招 别跟自己过不去 第53招 用心制订工作计划 第54招 做时间的主人 第55招 摒弃烦恼，捕获快乐 第56招 善抓工作重点 第57招 敢于担当责任 第58招 莫要轻易动怒 第59招 勇于突破常规 第60招 知己知彼，轻松晋升 第61招 要善于给自己“充电”

第七章 与压力共舞——学会自我减压，享受工作乐趣 第62招 走出压力的沼泽 第63招 坚决不做“工作狂” 第64招 每天睡个神奇的午觉 第65招 把部分工作分给别人 第66招 让电话远离一会儿 第67招 保持心理平衡 第68招 拒绝“昏迷”，保持清醒 第69招 挣脱抑郁的纠缠 第70招 懂得适时宣泄 第71招 “吃掉”压力，吃出健康 第72招 向工作低潮说“拜拜”

章节摘录

第3招 娱乐工作两相宜娱乐在过去被当做是影响工作效率的最大因素，但随着社会的不断发展，以及工作价值观的不断改变，娱乐不再是影响工作的因素，而是提高工作效率的最佳良方。

工作，也不再是过去我们所说的不断努力加班或埋头苦干，而是一个实现自我梦想的机会，是结合兴趣及优势的选择，是寻求个人成就感的表现。

在现代职场上，娱乐和工作已经有愈来愈“亲密”的态势。

应该说，这是工作价值观逐渐改变的结果，也是追求人性化的一种趋势。

作为劳动者，在最大可能地创造价值的同时，我们有理由让自己变得快乐。

所以，如果你正在职场上闷闷不乐，请你记住，这不应该是你的工作状态，你完全可以成为一个快乐的工作者。

小周是某单位的职工，由于工作性质特殊的缘故，每个月里他都有大把的时间赋闲在家。

刚开始，小周很不适应。

因为忙的时候，头发都能急得揪掉几撮；闲的时候，则无聊到快要发狂，而且脑海里还常常蹦出消极的想法，觉得自己很没有用。

<<快乐工作72招>>

编辑推荐

《快乐工作72招》由哈尔滨出版社出版。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>